

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN REKOMENDASI**

Pada bab lima dijelaskan mengenai kesimpulan, implikasi penelitian dan rekomendasi hasil penelitian.

#### **5.1 Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian, diperoleh simpulan sebagai berikut.

1. Kecenderungan umum manajemen waktu siswa berprestasi dalam bidang olahraga (Atlet) di SMA Negeri 6 Bandung kelas X, XI, dan XII Tahun Ajaran 2018/2019 berada pada kategori cukup efektif. Artinya, sebagian besar siswa atlet hanya mampu mencapai 2 dari 3 aspek yang terdapat dalam kerangka manajemen waktu. Pencapaian nilai tertinggi pada aspek kontrol pada waktu dan selanjutnya pada aspek mekanisasi dan manajemen waktu.
2. Kecenderungan umum prestasi belajar siswa berprestasi dalam bidang olahraga (Atlet) di SMA Negeri 6 Bandung kelas X, XI, dan XII Tahun Ajaran 2018/2019 berada pada kategori cukup. Mayoritas siswa atlet telah mampu mencapai 15 mata pelajaran untuk kelas X dan 14 mata pelajaran untuk kelas XI, dan XII dengan nilai setara dengan nilai KKM (Kriteria Ketuntasan Minimal) yang telah ditentukan sekolah. Artinya, siswa masih perlu meningkatkan usaha dalam kegiatan belajar di sekolah untuk menghasilkan prestasi belajar yang maksimal.
3. Terdapat hubungan yang signifikan dengan arah yang negatif antara variabel manajemen waktu dengan prestasi belajar siswa atlet. Tinggi rendahnya manajemen waktu siswa berprestasi dalam bidang olahraga (Atlet) di SMA Negeri 6 Bandung kelas X, XI, dan XII Tahun Ajaran 2018/2019 bertolak belakang atau tidak searah dengan tinggi rendahnya prestasi belajar. Hanya sedikit pengaruh manajemen waktu terhadap prestasi belajar, sementara pengaruh lainnya dijelaskan oleh faktor lain di luar manajemen waktu.
4. Implikasi layanan dikembangkan dalam bentuk program layanan bimbingan dan konseling yang berfokus pada manajemen waktu siswa berprestasi dalam bidang olahraga (Atlet) di SMA Negeri 6 Bandung Tahun Ajaran 2018/2019

dengan berbagai kegiatan yang mampu meningkatkan manajemen waktu siswa atlet berupa layanan bimbingan kelompok dengan metode *dialog socratic*, Diskusi dan *Writing*, diskusi kelompok serta metode *Cinema Therapy*.

## 5.2 Rekomendasi

Rekomendasi penelitian ditunjukkan kepada pihak-pihak sebagai berikut.

### 5.2.1 Bagi Pihak Sekolah

Hasil penelitian menunjukkan tidak ada satupun siswa atlet yang memiliki manajemen waktu pada kategori efektif. Dengan demikian, penting bagi sekolah untuk menyediakan lingkungan pembelajaran yang mendukung siswa melakukan manajemen waktu secara efektif. Cara yang dapat dilakukan di antaranya: 1) kegiatan menciptakan kedisiplinan pada siswa dengan konsekuensi yang harus diterima oleh semua siswa jika siswa tidak mampu menerapkan kedisiplinan pada kegiatannya disekolah. Begitupun berlaku bagi guru untuk menciptakan kedisiplinan kegiatan di sekolah seperti memasuki ruang kelas dengan tepat waktu sesuai dengan jadwal masing-masing mata pelajaran yang telah ditetapkan; 2) menciptakan kegiatan pembelajaran yang menyenangkan namun tepat sasaran sehingga materi pembelajaran tetap tersampaikan; 3) kegiatan belajar mengajar yang inovatif dan kreatif untuk meningkatkan ketertarikan siswa dalam belajar sehingga waktu yang dimiliki siswa akan efektif digunakan untuk belajar disekolah.

### 5.2.2 Bagi Guru Bimbingan dan Konseling/Konselor

Hasil penelitian yang menunjukkan manajemen waktu siswa atlet berada pada kategori cukup efektif dapat dimanfaatkan sebagai salah satu optimalisasi layanan bimbingan dan konseling pribadi di SMA Negeri 6 Bandung. Salah satu upaya yang dapat dilakukan sebagai bentuk layanan pengembangan terhadap manajemen waktu yang dapat memengaruhi prestasi belajar siswa yakni dengan memberikan layanan bimbingan kelompok. Pemberian layanan bimbingan kelompok terlebih dahulu dilakukan serangkaian kegiatan oleh guru Bimbingan dan Konseling/Konselor di antaranya.

1. Melakukan *need assessment* kepada siswa dengan cara penyebaran ITP, Sosiometri, maupun berupa angket sederhana untuk memastikan perlakuan yang akan diberikan relevan dengan kebutuhan siswa terkini.
2. Guru Bimbingan dan Konseling/Konselor mampu melakukan pendekatan bersama siswa atlet dengan cara yang menyenangkan serta menyesuaikan dengan keinginan siswa misalnya dengan mendengarkan curahan hatinya dan keluh kesahnya baik disekolah ataupun di tempat latihan melalui cerita-cerita yang dapat direspon dengan kegiatan yang menyenangkan namun siswa tetap memandang guru Bimbingan dan Konseling/Konselor sebagai sosok yang tetap harus di hormati.
3. Guru Bimbingan dan Konseling/Konselor perlu menetapkan layanan yang relevan dan bisa diterima oleh siswa atlet, yakni kegiatan yang setiap tahapnya dapat diikuti oleh siswa atlet secara sungguh-sungguh. Salah satunya dapat dilakukan dengan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi kelompok dengan rekan-rekan siswa atlet yang juga ada dalam kesulitan mengelola waktunya yang sama.
4. Guru Bimbingan dan Konseling/Konselor mampu mengawasi kegiatan yang dilakukan oleh siswa atlet hingga pada evaluasi diri siswa atlet dalam merubah segala proses kegiatan yang dilakukan menjadi lebih efektif untuk kegiatan yang bernilai positif.

### **5.2.3 Bagi Peneliti Selanjutnya**

1. Bagi peneliti selanjutnya, direkomendasikan untuk melakukan penelitian dengan teknik kualitatif yang tidak hanya menerapkan metode penyebaran angket, sehingga kemampuan siswa dalam mengelola waktu dapat lebih terobservasi secara lebih mendalam.
2. Penelitian selanjutnya dapat menggunakan populasi dan sampel pada seluruh siswa atlet SMA se-Kota Bandung untuk mengetahui bagaimana manajemen waktu dan prestasi belajar keseluruhan pada atlet. Hasil penelitian dapat dijadikan bahan evaluasi yang dilakukan lebih dini dan tidak hanya ditujukan kepada siswa atlet di SMA Negeri 6 Bandung saja.

3. Bagi peneliti selanjutnya, direkomendasikan melakukan penelitian mengenai hubungan prestasi belajar dengan variabel lain yang hasilnya dapat lebih signifikan dan mengetahui faktor yang lebih dominan memberikan kontribusi besar terhadap prestasi belajar siswa atlet.